

地域活動支援センター あしかが

2023年 12月 予定表

日	月	火	水	木	金	土
※行事に参加される方は 前日までに申し込みを お願いします。 ☎41-2643					1	2 ONDOで 楽しむ 10時～
3 お休み	4	5 ヨガ教室 10時～ 坐禅会 13時30分～ 	6 だんだん がやって来る 13時30分～ 	7	8 元気アップ 10時～ 	9 
10 お休み	11	12 ヨガ教室 10時～ 	13	14 創作活動 10時～	15 ONDOで 楽しむ 10時～ 	16 ボランティア さんによる 聞いて楽しむ 朗読会 
17 お休み	18	19 散歩で ランチ 11時半集合 	20 	21	22 うたごえ 10時～ 	23
24 お休み	25 Merry Christmas	26 カラオケ みんなで楽し 13時30分～ 	27 元気アップ 10時～ 	28 ヨガ教室 10時～ 	29 	30
早いもので今年も残り1ヶ月となりました。 皆様にとってどんな1年だったでしょうか？ 来年も支援センターをよろしくお願いたします						31 お休み 



